



¿Qué es?

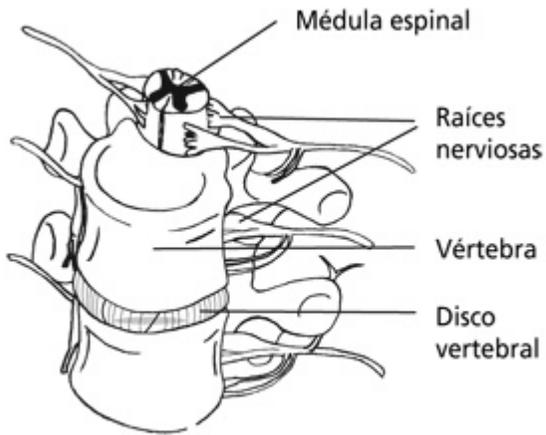
Puntos importantes sobre la estenosis espinal

- La estenosis espinal ocurre cuando la columna vertebral tiene una o más áreas estrechas. Esta estrechez pone presión sobre la médula espinal y los nervios, lo que puede causar dolor.
- El impacto de la enfermedad varía de persona a persona.
- Se puede tratar la estenosis espinal con medicamentos, corsés ortopédicos o cirugía.
- Su médico también le puede recomendar que limite su actividad y haga ejercicio. Consulte con su médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicio.

En las personas que tienen estenosis, la columna vertebral tiene una o más áreas estrechas:

- el espacio en el centro de la columna vertebral (médula espinal)
- los canales por donde salen los nervios de la columna (raíces nerviosas)
- el espacio entre los huesos de la columna (vértebras).

La estrechez en el canal pone presión sobre la médula espinal y sobre los nervios, lo que puede causar dolor.



Sección de la columna vertebral

¿A quién le puede dar?

La estenosis espinal es más común en los hombres y mujeres mayores de 50 años. Otras personas que pueden tener estenosis espinal son los jóvenes que nacieron con un canal espinal estrecho o los que se han lesionado la columna vertebral.

¿Cuáles son los síntomas?

Quizás no tenga síntomas de estenosis espinal o es posible que los síntomas aparezcan poco a poco y empeoren con el tiempo. Las señales incluyen:

- dolor en el cuello o espalda
- adormecimiento, debilidad, calambres, o dolor en los brazos o las piernas
- dolor que baja por la pierna
- problemas en los pies.

Un tipo de estenosis espinal muy grave ocurre cuando hay presión en los nervios de la parte baja de la espalda. Usted debe llamar a su médico si tiene cualquiera de estos síntomas:

- pérdida de control de los intestinos o la vejiga
- problemas para tener relaciones sexuales
- dolor, debilidad o pérdida de sensación en una o ambas piernas.

¿Cuáles son las causas?

Puede haber varias causas de la estenosis espinal, incluyendo:

- envejecimiento, que resulta en cambios en la columna vertebral y es la causa más común.
- artritis, que puede afectar la columna vertebral
- problemas hereditarios, con los que uno nace, pueden afectar la columna vertebral, por ejemplo, haber nacido con un canal espinal pequeño o una curvatura en la columna vertebral
- tumores de la columna vertebral
- lesiones
- enfermedad ósea de Paget (una enfermedad que afecta los huesos)
- demasiado fluoruro en el cuerpo
- depósitos de calcio en los ligamentos en la columna vertebral.

¿Hay alguna prueba?

Para diagnosticar la estenosis espinal, su médico puede:

- preguntarle sobre su historia médica
- hacerle un examen físico
- hacerle imágenes de su columna vertebral.

¿Cómo se trata?

Se puede tratar la estenosis espinal con:

- **Medicamentos** para reducir la hinchazón o el dolor.
- **Corsés ortopédicos (bragueros)** para la parte baja de la espalda.
- **Tratamientos alternativos**, como tratamientos quiroprácticos o acupuntura. Se necesitan más investigaciones acerca del valor que agregan estos tratamientos.
- **Cirugía**, si usted tiene:
 - síntomas que no le permiten caminar
 - problemas con el funcionamiento de los intestinos o la vejiga
 - problemas con el sistema nervioso.

¿Quién lo puede tratar?

Ya que la estenosis espinal tiene muchas causas y síntomas, es posible que necesite consultar a varios médicos incluyendo:

- Reumatólogos, que son médicos que tratan la artritis y problemas médicos relacionados.

- Neurólogos y neurocirujanos, que son médicos que tratan las enfermedades del sistema nervioso.
- Cirujanos ortopédicos, que son médicos que tratan los problemas con los huesos, articulaciones y ligamentos.
- Fisioterapeutas, que ayudan a mejorar el funcionamiento.

Cómo adaptarse

Su médico le puede recomendar que:

- Limite su actividad.
- Haga ejercicios o fisioterapia. Consulte con su médico antes de comenzar cualquier programa de ejercicio.

Más información

U.S. Food and Drug Administration

Llame gratis: 888-INFO-FDA (888-463-6332)

Sitio web: <https://www.fda.gov>

Información en español: <https://www.fda.gov/AboutFDA/EnEspañol/default.htm>

Drugs@FDA en <https://www.accessdata.fda.gov/scripts/cder/daf>. Drugs@FDA es un catálogo en línea de productos farmacéuticos aprobados por la FDA.

Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Health Statistics

Sitio web: <https://www.cdc.gov/nchs>

National Institute of Neurological Disorders and Stroke, National Institutes of Health

Sitio web: <https://www.ninds.nih.gov>

Información en español: <https://espanol.ninds.nih.gov/>

American Academy of Orthopaedic Surgeons

Sitio web: <http://www.aaos.org> (con información en español)

American College of Rheumatology

Sitio web: <http://www.rheumatology.org>

North American Spine Society

Sitio web: <http://www.spine.org>

Spondylitis Association of America

Sitio web: <http://www.spondylitis.org>

Arthritis Foundation

Sitio web: <http://www.arthritis.org>

Información en español: <http://espanol.arthritis.org/>

Si necesita más información sobre recursos confiables en su idioma o en otro idioma, por favor visite las páginas web que aparecen a continuación o comuníquese con el Centro Nacional de Distribución de Información del NIAMS en NIAMSInfo@mail.nih.gov.

- [Información de salud en inglés](#)
- [Información de salud en idiomas asiáticos](#)

Estudios clínicos

[Los estudios clínicos](#)

Ver/Descargar/Pedir Publicaciones

[Estenosis Espinal: Esenciales: hojas informativas de fácil lectura](#)